



SEXYGLASFUTTER.DE

[PARTYFOOD](#) – [FINGERFOOD](#) – [TO GO FOOD](#) - [VEGETARISCH](#) – [VEGAN](#) - [PROTEINFOOD](#)

Linsensuppe – ganz klassisch



Einkaufsliste:

Berglinsen, 250 g
Kartoffeln, 2 – 3, mehlig kochend
Möhren, 3
Schalotten, 3
Knoblauchzehe
Petersilie, 1 Bund
Thymian, 4 Stengel
Bohnenkraut, 6 Stengel
Mettwürste, 4 dünne geräucherte
Creme Fraiche, 100 g
Gemüsebrühe, Bio, ca. 300 ml
Senf, körnig
Rapsöl
Pfeffer
Salz



SEXYGLASFUTTER.DE

[PARTYFOOD](#) – [FINGERFOOD](#) – [TO GO FOOD](#) – [VEGETARISCH](#) – [VEGAN](#) – [PROTEINFOOD](#)

Linsensuppe klassische Art

	 einfach / schnell	 preiswert
	 warm servieren	 gut einzufrieren
	 TO GO FOOD ARBEIT / UNI	 Party food

Vorbereitung:

- Linsen in ungesalzenem Wasser ca. 15 min. bissfest köcheln (siehe auch Packungshinweis), über einem Sieb abtropfen lassen,
- Kartoffeln schälen, in Würfel schneiden und in Salzwasser ca. 15 min. bissfest kochen, auf Küchentrepp trocknen,
- Möhren schälen, in kleine Würfel schneiden und in Salzwasser ca. 10 min. kochen,
- anschließend mit kaltem Wasser abschrecken und auf Küchentrepp trocknen,
- Gemüsebrühe aufkochen,
- Schalotten klein schneiden,
- Petersilienblätter fein hacken,
- Thymianblättchen abzupfen,
- Bohnenkraut klein hacken,
- Knoblauchzehe schälen, halbieren, Keim entfernen und durch eine Knoblauchpresse drücken,
- Mettwürste in dünne Scheiben schneiden



SEXYGLASFUTTER.DE

[PARTYFOOD](#) – [FINGERFOOD](#) – [TO GO FOOD](#) - [VEGETARISCH](#) – [VEGAN](#) - [PROTEINFOOD](#)

Zubereitung:

- in einem größeren Topf Schalotten und Möhren in etwas Öl anschwitzen,
- Mettwurstscheiben dazugeben,
- nach ca. 5 min. die Kartoffelwürfel zufügen und weitere ca. 5 min. anschwitzen,
- mit Gemüsebrühe ablöschen und ca. 10 min. köcheln lassen,
- Linsen, Knoblauch, Bohnenkraut, Petersilie und Thymian dazugeben,
- gut umrühren,
- mit Creme Fraiche, Senf, Pfeffer und Salz abschmecken,
- in flachen Gläsern mit etwas Petersilie und einem Kleks Creme Fraiche servieren

Tipps:

- Soll die Linsensuppe kräftiger schmecken, könnt ihr statt der geräucherten Mettwürste auch Pfefferenden nehmen.
- Alternativ schmecken auch klein gewürfelte Kasslerscheiben.
- Die Konsistenz der Suppe lässt sich sehr einfach über die Menge der verwendeten Brühe steuern.

Dazu passt:

- frisches Baguette und ein Spätburgunder von der Ahr.